Didier Coly

Entrées froides aux produits de la mer

Tartare de thon cru, guacamole avocat

1h32	30 min	2 min	1h	495
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation de la guacamole

1. Couper les citrons à l'aide d'un couteau d'office puis le presser à l'aide d'un presse-agrume.
2. Couper la moitié des avocats en deux avec un couteau éminceur et planter la pointe du couteau dans le noyau pour l'enlever.
3. A l'aide d'une cuillère à soupe, prélever la chair des avocats et la mettre dans un saladier.
4. Ecraser grossièrement la chair des avocats à l'aide d'une cuillère à soupe.
5. Verser le jus de citron et mélanger.
6. Dans une casserole, verser la crème puis la mettre sur feu moyen jusqu'à ébullition.
7. A ébullition, ôter la crème du feu. Mettre la chair d'avocats et le jus de citron dans le blender puis mixer.
8. Pendant le mixage de la chair d'avocat, verser progressivement la crème.
9. Ajouter le tabasco, du sel, du poivre et mixer de nouveau.
10. Débarrasser la crème dans un saladier avec une maryse. Réserver au réfrigérateur.

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour le tartare

600 g **Thon**

Ingrédients pour le guacamole

4 **Avocat**
2 **Citron(s)**
12 cl **Crème liquide (fleurette)**
6 goutte(s) **Tabasco**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour la sauce Asiatique

7 cl **Huile d'olive**
5 cl **Huile de sésame**
5 cl **Vinaigre d'alcool blanc**
5 cl **Sauce soja**
1 **Citron(s) vert(s)**
1 c. à café **Gingembre frais**

11 Couper le reste d'avocats en deux avec un couteau éminceur et planter la pointe du couteau dans le noyau pour l'enlever.

12 Extraire la chair avec une cuillère à soupe puis la couper grossièrement en cubes. Les ajouter au guacamole et mélanger.

13 Rectifier si besoin l'assaisonnement en sel, en poivre et en Tabasco. Mélanger.

14 Couvrir le saladier de film alimentaire et réserver au réfrigérateur.

Étape 2

Préparation du thon et de la sauce

1 Avec un couteau éminceur, couper le thon en tranches dans la largeur. Les poser à plat, couper chaque tranche en deux dans la longueur puis en petits cubes. Réserver.

2 Couper le citron vert en deux avec un couteau d'office et le presser avec un presse-agrume. Le verser dans un saladier.

3 Ajouter le soja, le vinaigre de riz, l'huile de sésame, l'huile d'olive et mélanger avec un fouet sans émulsionner la sauce.

4 Eplucher le gingembre avec un couteau d'office et le râper au dessus du saladier avec une râpe à mailles fines. Mélanger.

5 Couper le piment en deux dans la longueur, ôter les pépins et le ciseler très finement avec l'éminceur. L'ajouter à la sauce.

6 Eplucher l'ail avec un couteau d'office puis ôter le germe.

7 Emincer finement la gousse d'ail avec l'éminceur puis l'ajouter à la sauce.

8 Ciseler finement la cébette avec le couteau éminceur et l'ajouter à la sauce.

Étape 3

Dressage

1 Sortir le guacamole du réfrigérateur.

2 Sur une assiette de dressage creuse, déposer un emporte pièce.

3 A l'aide d'une cuillère à soupe, dresser le guacamole au fond du cercle sans le tasser.

4 Disposer une couche de thon dans le cercle puis ôter l'emporte-pièce.

5 Mélanger la sauce puis la verser sur le plat. Décorer de coriandre puis servir.

1 **Piment Thaï**
1 **Cébette thaï**
1 **Gousse(s) d'ail**

Ingrédients pour le dressage

2 branche(s) **Coriandre**